

# สัมผัสไอหมอก อ้อมกอดอารี วิถีชุมชน บ้านนาต้นจั่น

จังหวัดสุโขทัย

นอบรัก  
ประเทศไทย

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย

ตาจ๋ม

ป้าส่วย

ป้าเครือ





สวนผลไม้



“บ้านนาต้นจั่น” หมู่บ้านที่เป็นธรรมชาติทั้งผู้คนและสิ่งแวดล้อมตลอดทางเข้าสู่หมู่บ้าน เป็นท้องนา สวนผลไม้ ไร่ข้าวโพด เปลี่ยนบรรยากาศความแออัดของเมืองไปได้มากโข สัมผัสธรรมชาติบนพื้นที่ราบยามบ่าย เก็บสัมภาระเข้าโฮมสเตย์ไว้ก่อน อาบน้ำเตรียมตัวจัดแบ่งสัมภาระใส่กระเป๋าลูกเต๋าเฉพาะสิ่งที่จำเป็น อาทิ ไฟฉาย ยากันยุง ผ้าพันคอ หมวก แพร่งสีพื้น น้ำดื่มขวดเล็ก ยาประจำตัว พืชชู เพื่อไปกางเต็นท์นอนบนเขา มุ่งหน้าสู่ต้นเขาด้วยรถกระบะเพื่อไปให้ทันพระอาทิตย์ตกเหนือหมู่บ้านและเตรียมกระเพาะไปอิมกับอาหารค่ำตามวิถี “บ้านนาต้นจั่น” กันบนยอดเขา



นักดูนกคักบือย



เขานี้เป็นป่าชุมชนที่คนบ้านนาต้นจั่นร่วมกันดูแล มีทางแยกขึ้นเขา 2 ทาง แยกขวามุ่งหน้าไปสู่ “น้ำตกสาวสองพันปีวาริศักดิ์สิทธิ์” ที่ตั้ง “หินกิ้งกือ” หินศักดิ์สิทธิ์ที่มีลักษณะเหมือนคนกำลังโง้งโค้งเอาบ้านท้ายออกมาแล้วมีน้ำไหลผ่าน เล่ากันว่ามีคนเคยขึ้นมาทำรุ่มร่วมกับหินกิ้งกือ เกิดอาการหมดสติต้องส่งโรงพยาบาล แต่หาสาเหตุไม่พบจึงขึ้นมาขอขมาจึงหายเป็นปกติ ความเชื่อที่อยู่คู่ความศรัทธาไม่เชื่อยาลบล้าง ส่วน “จุดชมวิวย้ายต้นไช้” ต้องขึ้นเขาทางด้านแยกซ้าย จากต้นเขาเดินตามมัคคุเทศก์น้อย ๆ ยาวขนของหมู่บ้านสู่เส้นทางเก็บผลไม้แต่เดิม เลาะแนวสวนผลไม้บนเชิงเขา เดินช้า ๆ หายใจเข้าลึก ๆ แวะพักแอบเด็ดกินลองกองข้างทางเพิ่มน้ำตาลให้กับร่างกายนิดหน่อย กว่าจะขึ้นไปถึงยอดเขาลั่นเอาเหวี่ยงเปิกเต็มหลังแต่พอไปถึงอารมณ์เหินหนี้อยู่จะหายเป็นปลิดทิ้ง

จุดชมวิวนั้นเกิดจากแนวคิดของคนในชุมชนที่ต้องการให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัสบรรยากาศป่าเขาที่คนบ้านนาต้นจั่นรักษาไว้ ได้พบความลับของธรรมชาติบนห้วยต้นไช้ ได้นอนกลางดิน กินได้หลังคาฟ้า ได้เห็นมุมหนึ่งของบ้านนาต้นจั่น ท่ามกลางหมู่ดาว และไอหมอก จุดนี้เป็นจุดที่ป่าเสื่อมเคยเดินเท้าขึ้นมาเก็บเห็ดเห็ดหลินจนหลงทิศหลงทาง และเมื่อลงเขาไปก็ได้เล่าให้ลูกหลานฟัง จึงได้เกิดการสำรวจร่วมกัน และปรับปรุงสถานที่กลายเป็นจุดชมวิวนั้น

บนยอดเขา คุณหม่อม (ลูกสาวป่าเสี้ยง) จวนอยู่ตรงโคนกอไผ่ เตรียมก่อไฟ บั้งหมู บั้งพริก กลิ่นฉุย ๆ ลอยมา ขวามือเป็นลานกางเต็นท์ และจุดชมวิวยกพื้นปูด้วยปล้องไผ่ปล้องโต เลยออกไปเป็นฟ้ากว้าง ไอหมอกกระเริ่ญอยู่เหนือหมู่บ้าน เห็นหลังคาบ้านคนอยู่ลิบ ๆ แสงไฟเลื่อน ๆ เพราะเวลาที่ขึ้นมาถึงของเราเริ่มพล้เพล้ แสงตะวันกำลังจะค่อย ๆ ลาลับหาย เก็บสัมภาระเข้าเต็นท์เสร็จ ก็ได้ดื่มด่ำบรรยากาศค้อมดากับพระอาทิตย์ดวงโต ที่เริ่มเลื่อนไหลลาลับสายตาเหนือไอหมอกพอดิบพอดิ



อาหารบือย



คุณตาบ





อาหารปิ้งย่าง



คำแล้วฟ้ามีดวงดาวขึ้นประปราย เมนูอาหารค่ำของเราคืนนี้ มีหมูสันในย่างไฟอ่อน น้ำพริกหนุ่ม พักทองนึ่ง ผักนึ่งนานาชนิด ไข่ต้ม พร้อมข้าวหนึ่งในห่อใบตอง ทุกเมนูบรรจมาในปล้องไม้ไผ่ผ่าครึ่งซีก พร้อมแล้วล้อมวงกันก็จ้วงจิ้มไม่ต้องใช้ช้อน ใช้มือเสวยอร่อยที่สุด หมูเนื้อนุ่ม ที่เพียงแค่มักเกลือไว้แล้วนำมา ย่างไฟอ่อน ๆ แค่นี้ก็หวานอร่อย ดื่มน้ำจากกระบอกไม้ไผ่ แก้วส่วนตัวที่ไม่ซ้ำใคร หอมกลิ่นไผ่อ่อน ๆ กินเสร็จ ก็นอนนับดาว คุยกันเพลิน ๆ ก่อนนอนคืนนี้

เช้าวันต่อมาแก้วกระบอกไม้ไผ่ใบเดิมกลับมาทำหน้าที่ของมันอีกครั้งเพื่อรับกาแฟยามเช้า จิบระหว่าง รอฟรอกอาทิตย์ขึ้น ฟ้ามีแสงเรืองรองเห็นไอหมอกสลดสลักกับยอดเขาในหุบลึกลงไป กระทั่งพระอาทิตย์ค่อย ๆ เผยขอบวงโค้งโผล่พ้นยอดเขาเหนือไอหมอก สักพักฟ้าก็สว่างเต็มสายตา เป็นกาแฟยามเช้าที่สุดจิบไปเลย เต็มตากับภาพสวยเบื้องหน้า ทั้งฟ้า ทั้งหมอก ตอนนั้นก็ขอเป็นเวลาอาหารเช้ารับรองกันดีกว่า เช้านี้มีทั้ง ปลาช่อนนาตัวน้อยหมักเกลือปิ้ง ทานคู่กับข้าวหนึ่งจึ่งแฉ่ว พร้อมด้วยไข่เจียว แป้งเปียกหมด ไม่น่าเชื่อว่า จะอร่อยจนลืมไม่ลงจริง ๆ

ป่าเสี้ยวม กลับมาจากเก็บเห็ดเมื่อเราอ้อมมือเข้า มานั่งเล่าความเป็นมาของโฮมสเตย์ทั้งสนุกเรียก เสี่ยงหัวเราะจากเราทุกคน ทั้งลุ่มลูกลูกหลาน เสียใจที่ดาภิหลายจน จนในที่สุดจากปี 34 มาถึงวันนี้ทุก ๆ คน ได้ตระหนักถึงคุณค่าของ “สิ่งที่เรามี สิ่งที่เราเป็น” ร่วมกันสร้างสัมพันธ์ สร้างชุมชนได้อย่างแข็งแกร่ง ส่วนหนึ่งของความสำเร็จป่าเสี้ยวมบอกว่า เป็นเพราะปณิธานสูงสุดคือ “ตามรอยพ่อหลวง ท่านเป็นกำลังให้สู้ เป็นแรงบันดาลใจให้เราทำ เพื่อลูกหลานเพื่อชุมชน ดังนั้นถ้าชีวิตของตนคืออยากให้ลูกหลานกลับบ้าน” วันนี้ ทั้งลูก ทั้งหลาน ของหลายครอบครัวได้กลับมาสร้างภาพฝันให้กลายเป็นจริง ความอบอุ่นของคน ทุกช่วงวัยได้กลับมาอีกครั้ง แค่นี้ก็มีความสุขแล้ว





หลังเดินทางลงจากเขาเมื่อสาย นั่งจิบกาแฟสด ที่ร้านนาต้นจันทาแฟสด หน้าโฮมสเตย์บ้านป่าเสี้ยว ร้านเดียวในชุมชนแห่งนี้ ก่อนออกไปพบปะกับพี่ป้าน้ำอาในชุมชนกัน (จะขับรถไปหรือเช่าจักรยานปั่นกันไปก็ได้) เริ่มกันที่ “ข้าวเปีย” หรือ “ก๋วยเตี๋ยวพระร่วง” อาหารพื้นบ้าน ที่ “ร้านป่าเครื่อง” คำว่า “เปีย” นั้นหมายถึงการพับไปพับมาของแป้งที่นี้ให้สุก แป้งที่นำมานี้ต้องผ่านการแช่น้ำมาแล้ว 4 วัน รอนข้าวยุ่ยก่อนจะกรองออกมาเป็นแป้ง นี่ให้สุกแล้วใส่ผัก จับพับ จัดลงชาม ไปพับหน้าด้วยไข่ และหมูแดง ราดด้วยน้ำซุ๊ป ชามละ 20 บาท แป้งไม่ต้องปรุงก็อร่อยเลิศ ป้าเครื่องทำให้ทานกันทีละชาม อย่างใจเย็น มาถึงที่แล้วสั่งทุกเมนูเลย “ก๋วยเตี๋ยวแบบ” หน้าตาเหมือนผัดไท เสริฟบนใบตอง พร้อมมะนาว 1 เลี้ยว บิให้ทั่วก่อนคลุกเคล้ารสออกหวานเปรี้ยว เส้นนุ่มหนึบหนบอร่อย “หมี่พัน” หอมกลิ่นงาสดใส่ด้วยเส้นหมี่เหนียวหนึบก็อร่อยไปอีกแบบ ร้านป่าเครื่อง ยังเป็นเสมือนซูเปอร์มาร์เก็ตหมู่บ้าน ชาวบ้านจะนำของจากสวน อาทิ กะหล่ำปลี พริกทอง กล้วย มะนาว ข้าวโพดต้ม และผักพื้นบ้านอื่น ๆ มาวางขาย ในราคาถูกมากจนคุณต้องตะลึง และปลอดภัยพิชด้วย ชุมชนบ้านอีกชนิดที่อร่อยไม่แพ้กันนั่นคือ “ข้าวเม่านาตบปาก” ข้าวเม่านาคั่วผสมกับน้ำตาลอ้อย มีเนื้อเม่นพริ้วเป็นแว่น ๆ มาผสมรวมกัน รสไม่หวานมาก ไม่แข็งกระด้าง ละมุนลิ้น ทานหมดไม่รู้ตัว ถุงละ 10 บาทเอง

อิมแล้วไปหา “ดาวงษ์” ผู้เฒ่าวัย 84 ผู้มีใบหน้าเปื้อนยิ้มตลอดเวลา ไปพูดคุย ชมวิถีทำ และเลือกซื้อตุ๊กตาบาร์โหนด อันเกิดจากแรงบันดาลใจที่ได้เห็นคนออกก่าลังกายด้วยการโหนบาร์แล้วนำมาประยุกต์ให้กลายเป็นอุปกรณ์สำหรับผู้สูงอายุออกก่าลังกายมือป้องกันเส้นยึด ซึ่งทุกวันนี้คุณตาได้ส่งต่อความรู้ให้กับลูกชาย เป็นผู้ผลิตแทน ด้วยวัยที่ชราแล้วแต่ก็ยังช่วยทำแม้จะทำได้เพียงวันละหนึ่งตัว กับราคาเพียง 100 บาท เท่านั้น ได้ทุนบ้านลึกเข้าไปลูกสาวอีกคนของลุงกำลังทอดผ้าเพื่อส่งต่อไปยังศูนย์ฯ ของชุมชนสร้างรายได้อีกหนึ่งทาง นี่เป็นวิถีที่เป็นอยู่อย่างง่ายดายของชุมชนที่นี่ มีรอยยิ้ม มีความสุขกับการดูแลกันและกันในครอบครัวที่อบอุ่น

“ข้าวเม่านาตบปาก”



ซูเปอร์มาร์เก็ตหมู่บ้าน

ผ้าหมักโคลน



เลือกซื้อตุ๊กตาบาร์โหนดรำลาคันตาเรียบร้อย ใตุดำหมักโคลนกัน ผ้าทอดทุกผืนจากหลายครัวเรือน จะถูกนำมาหมักโคลนทิ้งไว้ 1 คืน ซักให้สะอาด นำมาย้อมสีธรรมชาติในกระทะ ด้วยสีจากพืชในท้องถิ่น เช่น ผ่าง เปลือกมังคุด แก่นขนุน สีที่ย้อมแต่ละครั้งจะแตกต่างกันไปตามธรรมชาติ ทำให้แต่ละผืนมีสีที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะไม่เหมือนกัน จากนั้นจึงนำไปซักให้สะอาดรีดให้เรียบก่อนจะนำมาตัดเย็บ อาทิ ผ้าถุง ผ้าพันคอ เสื้ออีกสุดเกิดที่แปลงเป็นผ้าพันคอ ผ้าคลุมไหล่ได้ โดยโอเคเดียวการออกแบบมาจากคุณหม่อมนั่นเอง และมี คุณป้าซิม เป็นผู้ลอกลายการตัดเย็บเพิ่มเติมไซส์ อีกคุณลักษณะที่โดดเด่นของผ้าหมักโคลนคือ หากสวมใส่ช่วงหน้าร้อนจะรู้สึกเย็นผิวสบาย ๆ หากเป็นช่วงอากาศเย็นจะรู้สึกอบอุ่น สุดยอดผลิตภัณฑ์จริง ๆ

ถ้ามีเวลาพักค้างโฮมสเตย์อีกสักคืนก็จะมีโอกาสร่วมพิธีบายศรีสู่ขวัญตามประเพณี กินขันโตก และร้องรำทำเพลงกับ เหล่าคุณยาย (อายุรวมกันก็กว่าพันปี) เรียกว่าไม่หมดแรง ไม่เลิกรา ตื่นเช้ามานุ่งซิ่นผ้าไทยใส่บาตร ก่อนจะออกปั่นจักรยานท่องเที่ยวไปชมสวนผลไม้ตามฤดูกาล เช่น ลองกอง ลางสาด มะไฟ ลำไย ส้มโอ ที่มีอยู่หลายครัวเรือน ไปชมแล้วเก็บผลไม้สด ๆ กินจากสวน ยิ่งอร่อยล้ำเลิศ บางทีอาจจะมีโอกาสได้จับปลาในท้องร่อง ทำนา ทำสวน เรียนรู้การทอดผ้ากับชาวบ้าน หรือจะไปเลือกซื้อผลิตภัณฑ์จากรากไม้ที่พ่อบ้านใช้เวลายามว่าง นำรากไม้ ขอนไม้มาประดิษฐ์เป็นเฟอร์นิเจอร์ของแต่งบ้านก็ได้

เพียงชั่วข้ามคืนเราจะได้รับรู้ถึงวิถีที่พอเพียงที่มีอยู่จริงดังที่ป้าเสี้ยวกล่าวไว้ว่า “กลับมาบ้านเต๊อะ ถ้าทำให้เหมือนที่ทำให้เขา เราอยู่ได้ อยู่อย่างพอเพียง สบายดี อยู่อย่างอบอุ่น มีหยิ่งก็แบ่งปันกัน มันมีความสุข” นี่คือ สุขแท้ที่แน่นอนและยั่งยืน





วิถีชนบท ชีวิตที่เรียบง่าย ไร่การปรุงแต่ง  
เป็นเสน่ห์ที่ดึงดูดให้มาสัมผัส ความโอบอ้อมอารี  
ไมตรีที่มีให้ทุกคนจากทุกหลังคาเรือนใน **"บ้านนาต้นจั่น"**  
หมู่บ้านเล็ก ๆ ในตำบลบ้านดึก  
อำเภอศรีสัชนาลัย จังหวัดสุโขทัย

## บ้านนาต้นจั่น

จากตัวเมืองศรีสัชนาลัย มุ่งหน้าสู่ "บ้านนาต้นจั่น" เมื่อห่างไกลตัวเมืองไปทุกที สุดท้ายก็หลุดพ้นความจอแจ ลัดเลาะไปตามถนนผ่านท้องนา ที่ออกรวงอยู่เรียงราย เห็นภูเขาย้อยเคียงข้าง กลิ่นอากาศบริสุทธิ์ จากท้องนา ไชยมาสยบความวุ่นวาย ในใจคนเมืองไปชั่วขณะ นาน ๆ จะมีรถมอเตอร์ไซด์วิ่งผ่าน กระบะวิ่งสวน เป็นครั้งคราว มุ่งหน้าไปสู่จุดศูนย์กลางชุมชนคือโรงเรียนบ้านนาต้นจั่น เป็นอันดับแรกเพื่อไปพบ **"ป้าเสี่ยม แสงลาก"** ผู้บุกเบิก ปลุกศรัทธาในตนเองของชาวชุมชนบ้านนาต้นจั่นให้มีความเข้มแข็งเริ่มเป็นกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรเพื่อการทอดผ้า จากวิถีดั้งเดิมของชาวเหนือ ที่สืบทอดต่อกันมา ณ บ้านนาต้นจั่นแห่งนี้ เพิ่มมูลค่าด้วยภูมิปัญญาการหมักโคลน อันเกิดจากการสังเกตว่าชาวบ้านเมื่อไปทำนาผ้าถุงที่คลุกกับโคลนยามทำนา เมื่อนำไปซักกลับให้ความนุ่มนวลลื่นผิว จึงมาประยุกต์กับผ้าฝ้ายที่ทอเชิงเกิดเป็น **"ผ้าหมักโคลน"** ที่มีเอกลักษณ์ทั้งลวดลาย การผลิตที่ผสมสีจากธรรมชาติ ปราศจากเคมี กลายเป็นสินค้าประจำหมู่บ้าน และเป็นสินค้าโอท็อปติดอันดับของจังหวัด นอกจากผ้าหมักโคลน คนนาต้นจั่น ยังมีหลายสิ่งอย่างที่สร้างความแปลกแตกต่าง นั่นคือ อาหาร **"ข้าวเปีย"** **"กล้วยเตี่ยวแป"** **"หมี่พัน"** อาหารประจำถิ่นที่ทำให้นักท่องเที่ยวต้องเดินทางมากินกัน ให้ถึงที่ หรือจะเป็น **"ตุ๋กตาบาริโน ดาวงษ์"** สร้างความทึ่งให้กับหลาย ๆ คนมาแล้ว ประกอบกับพื้นที่โดยรอบหมู่บ้าน สะอาดสะอ้าน เป็นระเบียบ รายล้อมด้วยท้องนา และสวนผลไม้ เป็นเส้นทางที่นำพาคณะสำหรับนักปั่นจักรยาน มาพักผ่อนปั่นจักรยานชื่นชมธรรมชาติไปรอบ ๆ หมู่บ้าน นี่คือการเรียบง่าย สุข สงบ อย่างที่นักท่องเที่ยวต้องการ สำคัญเหนืออื่นใด คือ **"ความใจดี ใจเย็น เป็นมิตร"** การสืบทอดอุปนิสัย ความอารี ประเพณี วัฒนธรรม ส่งต่อมายังเยาวชนรุ่นหลัง สร้างความประทับใจได้อย่างไม่รู้ลืม



จากการดำเนินชีวิต วิถีเกษตรกรทำนา ทำสวนผลไม้ ความเรียบง่ายที่ไม่วุ่นวายซับซ้อน มีเอกลักษณ์ค่านิยมและประเพณีที่ยังคงสืบทอดต่อกันมา กลายเป็นความภาคภูมิใจในตัวตนของคนบ้านนาต้นจั่น ทำให้นักท่องเที่ยวประทับใจ มาซ้ำได้หลายต่อหลายครั้ง กลายเป็นที่มาของรางวัลอันเกิดจากความสมัครสมานสามัคคี ความเข้มแข็งของทุกคนในชุมชน เมื่อปี 2555 ได้รับรางวัล PATA Gold Award ประเภท Heritage and Culture และ ในปี 2556 ได้รับรางวัลอุตสาหกรรมท่องเที่ยวไทย (Tourism Awards) ระดับยอดเยี่ยม ประเภท องค์กรสนับสนุนและส่งเสริมการท่องเที่ยว จากการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย

ลองเปลี่ยนวิถีใหม่ ทานมาใส่ใจความเรียบง่าย แล้วคุณะหลงรักประเทศไทย ขึ้นอีกเยอะ







หลงรัก  
ประเทศไทย



facebook.com/tatsukhothaifanpage

การก่อภัยภัยแห่งประเทศไทย

การก่อภัยภัยแห่งประเทศไทย สำนักงานสุโขทัย

[พื้นที่รับผิดชอบ จ.สุโขทัย-จ.กำแพงเพชร]

โทรศัพท์ : 055 616228-9 E-mail : tatsukho@tat.or.th

www.facebook.com/tatsukhothaifanpage



### เส้นทางในแผนที่บ้านนาตันจัน

**\* เส้นทางที่ 1** เริ่มปั่นจักรยานจากศูนย์เรียนรู้ไปยังจุดชมวิวยักษ์ตันไธ ใช้เวลาเดินทาง 2 ชม. ออกจากหมู่บ้านข้ามสะพานห้วยแม่ราก ปั่นขึ้นเนิน-ลงเนิน ชมวิวข้างทางผ่านท้องทุ่ง ชมสวน เส้นทางจะโค้งไปมารอบเขาสูงที่จะต้องปั่นขึ้นไป จอดรถจักรยานไว้ต้นเขาแล้วเดินเท้า ขึ้นเขา ใช้เวลา 45 นาที ถึงยังจุดชมวิวยักษ์ตันไธ เพื่อชมพระอาทิตย์ตก

**\* เส้นทางที่ 2** ใช้เวลาเดินทาง 2-3 ชม. โดยเริ่มต้นจากศูนย์เรียนรู้ ปั่นจักรยานรอบหมู่บ้าน และผ่านทุ่งนาไปยังสวนผลไม้ป่าเหี้ยม และปั่นกลับมาทานข้าวเปิบ จบด้วย Shopping ผ้าหมักโคลนที่ศูนย์เรียนรู้

**\*\*\*** กิจกรรมที่ ๆ กับคู่มือเส้นทางท่องเที่ยวบ้านนาตันจัน หากใครถ่ายรูปตัวเอง กับชุมชน แล้วนำมา Post บน facebook : tatsukhothaifanpage การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สำนักงานสุโขทัย มีของที่ระลึกแจกให้ (ตั้งแต่บัดนี้จนถึงมีนาคม 2558)